

Утверждаю
Заведующий МДОУ



МЕНЮ

На 10 апреля 2025 год

Прием пищи	Наименование блюд		Выход Сад/ Ясли	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой пшениной		180/4,5	6,68	6,53	32,75	219,36
			150/3,7 5	5,57	5,44	27,29	182,80
	Хлеб пшеничный		20	1,52	0,16	9,84	47,00
			15	1,14	0,12	7,38	35,25
	Масло сливочное «Крестьянское» (порциями)		7	0,06	5,08	0,10	46,2
			5	0,04	3,63	0,07	33,00
	Какао с молоком 2,5% (1 вариант)		200	4,20	3,63	17,28	118,67
			180	3,67	3,19	15,82	107,00
II ЗАВТРАК	Плоды свежие (Яблоки)		1/100	0,40	0,40	9,80	44,00
			1/100	0,40	0,40	9,80	44,00
ОБЕД	Икра свекольная		50	0,65	2,07	3,58	35,50
			30	0,39	1,24	2,15	21,30
	Суп картофельный с бобовыми (горох)		200	4,39	4,21	13,08	107,80
			150	3,29	3,16	9,79	80,85
	Гренки из пшеничного хлеба		30	3,74	0,48	22,82	110,46
			20	2,49	0,32	15,21	73,64
	Рыба, тушенная с овощами		70	13,35	7,19	6,01	142,15
			50	9,53	4,29	4,29	101,53
	Каша рассыпчатая гречневая (масло сливочное «Крестьянское» 72,5%)		130/2,8	7,46	5,28	33,49	211,25
			110/2,8	6,31	4,47	28,34	178,75
	Компот из свежих плодов (яблоки)		180	0,43	0,25	12,66	54,61
			150	0,36	0,21	10,55	45,51
	Хлеб пшеничный		15	1,14	0,12	7,38	35,25
			10	0,76	0,08	4,92	23,5
	Хлеб пшеничный		37	2,47	0,45	12,52	65,25
			30	1,98	0,36	10,02	52,2
ПОЛДНИК	Рагу овощное		80/5	7,52	13,46	1,51	157,00
			60/3	5,73	11,04	1,10	127,00
	Кондитерские изделия (печенье)		30	2,25	2,94	22,32	125,1
			15	1,12	1,47	11,16	62,50
	Хлеб пшеничный		15	1,14	0,12	7,38	35,25
			10	0,76	0,08	4,92	23,5
	Чай с сахаром		200/11	0,07	0,02	11,10	44,40
			150/7	0,06	0,02	9,99	40,00
Итого за день			1524	44,14	42,30	180,83	1324,80
			1215	33,78	32,26	143,64	1000,13